Bách tự bi chú

Tựa Bách tự bi chú

Thuần Dương Lữ tổ, là đệ nhất từ bi thánh hiền trong đạo môn, từ đời Đường đến nay, hơn ngàn năm rồi, hoặc ẩn hoặc hiển, ẩn hiển không dò nổi, dạy kẻ ngu hóa người hiền, thi từ ca phú lưu truyền ở đời, không sao kể xiết; chuyên nói về thứ tự tu chân, dược vật hỏa hậu không gì không đủ, không gì như [Xao hào ca], [Bách tự bi], lời giản dị lí rõ ràng, dễ dàng làm người ta hiểu ra. Không gì như [Bách tự bi], có gần một trăm chữ, gần hai mươi câu, mà đan pháp hữu vi vô vi, liễu mệnh liễu tính, nói đầy đủ từ đầu đến cuối, gọi là thượng thiên thê, thực là cái thang lên trời vậy. Nhưng là thiên thê, mà người tu chân ở đời, lại không coi là thiên thê, phần nhiều là cầu cái kì là thìch cái dị thường, vì lời văn của nó chẳng có gì là kì dị nên coi thường bỏ đi, thật không biết đạo Kim Đan, đạo chân thường, trong cái không kì lạ lại có cái rất kì lạ tồn tại, trong cái không dị thường lại có cái cực dị thường, người nay chưa từng nghĩ sâu, như vậy lời Văn Thủy nói, chẳng qua dưỡng khí hàng tâm trụ tính vậy, có gì kì lạ đâu? Hiệu quả khi thi hành nó, có thể kết đan, có thể phục đan, có thể tiêu diêu, có thể thông tạo hóa, ha không phải là rất kỳ dị sao? Ôi! Không kì lạ mà kì lạ, không dị thường mà dị thường, người học có thể ở pháp ngôn của tổ sư, nghiên cứu cực thâm, tuần tự tiệm tiến, chẳng có ai không học sâu mà tự đắc được cả. Ta đọc lời văn đó, phần nhiều là có ích, vì than thở rằng có cái thiên thê này mà người ta không biết, thực phụ sự khổ tâm độ thế của tổ sư, bởi thế ở dưới mỗi câu, chú giải vài dòng, để làm rõ chỗ tinh vi, nguyện kết tri âm, cùng lên thang lên trời, để báo đáo ân huệ của tổ sư.

Năm Mâu Ngọ niên hiệu Gia Khánh thứ ba, ngày mùng ba tháng ba, Tố Phác tán nhân viết tựa ở trong Tự Tại Oa.

Dưỡng khí vong ngôn thủ

Dưỡng Khí quên nói giữ

Đạo về Tính Mệnh, từ đầu đến cuối là tu dưỡng Tiên Thiên Hư Vô Chân Nhất Chi Khí mà thôi, chẳng có vật gì khác, hái dược là hái cái này, luyện dược là luyện cái này, hoàn đan là hoàn cái này, thoát đan là thoát cái này, phục đan là phục cái này, kết thai là kết cái này, thoát thai là thoát cái này, dùng thuật kéo dài mệnh, kéo dài là kéo dài cái này, dùng đạo để toàn hình, toàn là toàn cái này, bắt đầu thì hữu vi, hữu vi là hữu vi cái này, cuối cùng thì vô vi, vô vi là vô vi cái này, trường sinh là trường cái này, vô sinh là vô cái này, cổ kinh nói: biết được nhất, thì vạn sự xong. Câu đo có thể rõ thiên kinh vạn quyển vậy. Nhưng Khí này, phi sắc phi không, vô hình vô tượng, không thể lấy cái biết để biết, không thể lấy cái hiểu để hiểu, nhìn thì không thấy, nghe thì không thấy, bắt mà không được, hoảng hoảng hốt hốt, yểu yểu minh minh, không thể hình dung, miễn cưỡng vẽ thành hình ○, như vậy mà thôi; miễn cưỡng đặt tên, Nho gọi là Thái Cực, Đạo gọi là Kim Đan, Phật gọi là Viên Giác; vốn không thể nói, sao mà giữ được? Nếu như có thể nói có thể giữ, thì chẳng phải là Tiên Thiên Hư Vô Chi Khí, mà là Hậu Thiên Hô Hấp Chi Khí. Tiên Thiên Chi Khí, trải qua vạn kiếp mà không hoại; Hậu Thiên Chi Khí, theo sự tồn tại của ảo thân. Bọn chẳng được chân truyền ở thế gian, chẳng biết Tiên Thiên Chi Khí là vật gì, ngộ nhận Hậu Thiên Hữu Hình Chi Khí, hoặc nói ở Khí Hải, hoặc nói ở Đan Điền, hoặc nói ở Huỳnh Đình, hoặc nói ở hai mạch Nhâm Đốc, hoặc nói ở giữa hai Thận, hoặc ngậm miệng điều hô hấp để quân bình khí, hoặc ngừng thở định thai tức để tàng khí, hoặc dẫn khí hậu thăng tiền giáng vào Huỳnh Đình để tụ khí, hoặc thủ hoặc vận, đủ thứ chẳng giống nhau, mà đều muốn vọng tưởng kết đan. Thử hỏi đem cái Khí hữu hình này, lâu ngày thì cuối cùng ngưng kết ở chỗ nào? Ngưng kết thành như thế nào? Tất phải ngưng kết thành khối khí sao? Thường thấy ở đời, kẻ thủ bên trên thì phần nhiều bị bệnh não; kẻ thủ bên dưới phần nhiều bị bệnh bên dưới, kẻ thủ ở giữa phần nhiều bị trướng bụng, kẻ thủ Minh Đường thì mất sáng suốt,

kẻ thủ ngoan tâm thì bị chứng điên, muốn cầu trường sinh, mà ngược lại nhanh chết, thương thay! Thật không biết Tiên Thiên Hư Vô Chi Khí, bao la thiên địa, sinh dục vạn vật, nó lớn đến mức không vật gì ở ngoài nó được, nó nhỏ đến mức không vật gì ở trong nó được, trải ra thì tràn đầy lục hợp, co lại thì thoái tàng vào nơi ẩn mật, chỉ có thể biết, chứ không thể nói, chỉ có thể dưỡng, chứ không thể thủ giữ, không nói không giữ, nói giữ đều quên, chẳng dưỡng mà dưỡng, nhập vào tam muội của dưỡng khí vậy. Đại Đạo thì hoạt hoạt bát bát, không rơi vào trong chỗ hữu vô; rơi vào hữu thì chấp tướng, rơi vào vô thì chấp không, chấp tướng chấp không đều không phải là đạo lưu hành của thiên địa tạo hóa, cũng không phải là đạo của thánh hiền chân không diệu hữu. Nói dưỡng khí, thì phải có cái cần dưỡng tồn tại, không chấp không vậy; nói vong ngôn thủ, thì phải không chỗ nào cả, không định vị, là không chấp tướng vậy. Không chấp không, không chấp tướng, thì phải có cái dưỡng bất không bất tướng tồn tại, cái dưỡng bất không bất tướng, tịch nhiên bất động, cảm động liền thông, cảm động liền thông, tịch nhiên bất động, đạo dưỡng khí là ở đây vậy.

Hàng tâm vi bất vi

Hàng tâm làm mà không làm

Trên nói dưỡng khí không nói không giữ, như là không làm gì cả, mà người ta sau khi sinh ra, Tiên Thiên Chi Khí sung túc, Dương cực tất Âm sinh, như vậy mà có thể bảo toàn Tiên Thiên Chi Khí không mất đi, chỉ có bậc thánh nhân thượng đức sao? Còn kẻ trung hạ, khi đã giao với Hậu Thiên, Tiên Thiên Chi Khí tiềm tàng, Hậu Thiên Chi Khí chiếm quyền, Dương dần tiêu, Âm dần trưởng, căn trần trải kiếp đều phát, khí chất toàn thân đều động, Thức Thần hung hăng, khách tà tác loạn, lúc này, toàn thân tứ đại thuộc Âm, không biết vật gì là Dương Tinh. Tuy muốn dưỡng khí, mà chẳng chỗ nà có thể dưỡng được, mà cũng không được dưỡng vậy, trong Hoàng Hạc phú tổ sư nói: Bậc thượng đức dựa vào đạo để toàn

hình, đó là thuần Càn chưa bị phá; kẻ hạ đức dùng thuật kéo dài mệnh, là phối Khảm Li mới thành. Người dựa vào đạo để toàn hình, là việc vô vi; người dùng thuật để kéo dài mệnh, là việc hữu vi. Bậc thượng đức, Tiên Thiên Chi Khí chưa mất, là thân thể thuần dương, thủ trung bão nhất, liền có thể bảo toàn chân hình vốn có; người trung hạ, Tiên Thiên Chi Khí đã bị thương tổn, Dương bị Âm hãm, cần phải trộm Âm Dương, đoạt tạo hóa, đầu tiên kiên cố mệnh cơ, từ hữu vi mà vào vô vi, mới có thể thành chân. Tiếp nữa, cổ tiên nói: Hoàn đan rất dễ, luyện kỉ rất khó. "Thẩm viên xuân" nói: Thất phản hoàn đan, đầu tiên người ta phải luyện kỉ đợi thời. Công phu luyện kỉ, không phải trước khi hàng tâm, chỉ cần muốn hàng tâm cần biết được tâm, tâm có phân ra nhân tâm và đạo tâm, có khách nhau giữa chân tâm và giả tâm. Đạo tâm là tâm bất thức bất tri vốn có, tâm thuận theo phép tắc của tự nhiên, là chân tâm; nhân tâm giả là tâm hậu khởi hữu thức hữu tri thất tình lục dục, là giả tâm. Chân tâm thì ích lợi cho tính mệnh của người, giả tâm làm thương tổn tính mệnh của người. Hàng tâm là hàng nhân tâm vậy. Nhưng hàng nhân tâm, không phải là thủ tâm không tâm, cũng không phải là cưỡng chế định tâm, cần phải thuận theo tự nhiên.

"Ngộ chân" nói: Thuận kì sở dục, tiệm thứ đạo chi-Thuận theo cái ham muốn, rồi dần dần dẫn đường. Chỉ hai câu này, liền là diệu quyết hàng tâm. Nên nói hàng tâm làm mà không làm. Cái nói là làm, là tâm phải hàng vậy; cái nói là không làm, là không cưỡng hàng vậy. Hàng mà không hàng, không hàng mà hàng, hữu dụng thì trong dụng vô dụng, vô công thì trong công thi công vậy. Vì ngoan tâm của người, tích thói quen thành tính, như lửa luyện thành một khối thép cứng, cực kỳ cứng rắn, chắc chắn không thể phá. Nếu bó buộc quá vội, là lấy tâm chế tâm, tâm càng nhiều thì kết khối càng cứng, mà phản lại nổi tâm bệnh, Âm Phù Kinh nói: hỏa sinh từ mộc, họa phát tất khắc là vậy. Nên hàng tâm phải dùng công phu tiệm tu-công phu sửa dần, mới có thể xong việc, công phu tiệm tu, không làm vô thương nó, mà có ích cho ta, làm mà không làm vậy.

Động tĩnh tri tông tổ, vô sự canh tầm thùy?

Động tĩnh biết tông tổ, vô sự lại tìm ai?

Tiên Thiên Chân Nhất Chi Khí, là Tổ Khí sinh thiên sinh địa sinh nhân, không lí gì không đủ, không lúc nào không tồn tại, vì thế mà gọi là tông tổ của tính mệnh, giữ được nó là thánh, u tối nó là phàm, nhưng khí này rơi vào Hậu Thiên, thì ẩn mà không hiện, dù có hiện, mà vì danh lợi lôi kéo, tư dục quấy nhiễu, gặp mà bỏ qua mất, có bao nhiêu mất bấy nhiêu. Muốn tìn khí này, đầu tiên cần nhận ra được đạo tâm. Vì Tiên Thiên Chi Khí, tàng ở đạo tâm vậy. Đạo tâm là thể, Tiên Thiên Chi Khí là dụng, cùng ở một nơi ra mà tên khác nhau, đạo tâm là tông tổ của tu đạo. Đạo tâm là chủ nhân; nhân tâm là nô bộc. Nhận được đạo tâm là tông tổ, lấy chủ nhân để sai khiến nô bộc, nô bộc nghe lệnh chủ nhân, không hàng mà tự hàng, nhất động nhất tĩnh, đều là đạo tâm vận dụng, thì nhân tâm cũng hóa thành đạo tâm, trong không vọng niệm, ngoài không vọng sự, trong ngoài an tĩnh, khách khí khó vào, đạt được cảnh vô sự vậy. Có thể đạt được vô sự, trong trong sáng sáng, chỉ có đạo tâm, không có gì khác, ngoài đây ra còn tìm ai nữa?

Chân thường tu ứng vật, ứng vật yếu bất mê.

Chân thường cần ứng vật, ứng vật cần không mê.

Đã biết tông tổ, đạt được vô sự, thì cái chân thực có thể thường tồn vậy. Cái chân thực có thể thường tồn, thì toàn bộ bên ngoài không làm bị thương, nhưng đạo chân thường, không phải xa lìa thế tục, cũng chẳng phải tĩnh tọa chỉ niệm, mà cần phải chân bước thật địa, thân thể cố gắng thi hành, từ trong Đại Tạo Lô nung luyện ra, mới là chân, mới là thường, nếu biết chân mà không biết thi hành chân, thì tuy có thể vô sự, giống như vật đờ ra như phỗng, bên ngoài tuy vô sự, mà bên trong khó tránh hữu sự, mà nói thiền

cơ vốn tĩnh, tĩnh thì sinh yêu quái. Đó là đóng cửa bắt trộm, cái giả chẳng thể vứt đi, mà cái chân tất thụ thương, sao có thể chân thường đây? Nên nói chân thường cần ứng vật, ứng vật cần không mê. Nói chân thường ứng vật, là lấy chân ứng giả vậy; nói ứng vật không mê, là mượn giả tu chân vậy. Vì chân ẩn trong giả, giả không ở ngoài chân, không có giả thì không thể thành chân, không có chân thì không thể hóa giả, chỉ tại thường ứng thường tĩnh, ở trong sát cơ mà trộm sinh cơ, ở trong sóng nước mà bánh lái khô vậy. Nếu thực có thể không mê, tức là chân thường, thực có thể chân thường, tuy suốt ngày ứng đối với vật, mà chưa từng ứng vật, đến được cảnh vô sự, mà không bị vạn vật làm di chuyển, ngại gì ứng đối đây?

Bất mê tính tự trụ

Không mê tính tự trụ

Ứng vật không mê, thì chân thường của đạo tâm tồn vậy. Chân thường của đạo tâm tồn, thì cái giả của nhân tâm không sinh, cái giả của nhân tâm không sinh, thì khí chất tính không phát, khí chất tính không phát, thì thiên phú tính sáng sáng sủa sủa, giống như tháp thủy tinh, không nhiễm không dính, không động không dao, mà tự trụ vậy. Tóm lại, hiệu quả tính trụ, toàn tại công phu ứng vật không mê, mê thì nhân tâm chiếm quyền, chân tính mờ ám mà giả tính phát, không mê thì đạo tâm nắm quyền, giả tính hóa mà chân tính hiện, đạo trụ tính, là không mê hết thảy. Trong Hoàng Hạc phú tổ sư nói: Theo thế pháp mà tu phép xuất thế, hay thay lời này!

Tính trụ khí tự hồi

Tính trụ khí tự hồi

Tính là Lí, ở trời là Lí, phú cho người là Tính, nên đặt tên cho Tính là Thiên Tính; Khí là Mệnh, ở trời là Khí, trao cho người là Mệnh, nên gọi Mệnh là Thiên Mệnh. Lúc người mới sinh ra, Lí không rời Khí, Khí không rời Lí, Mệnh không rời Tính, Tính không rời Mệnh, Lí Khí một nhà, Tính Mệnh một việc. Sau khi giao với Hậu Thiên, Lí Khí rời nhau, Tính Mệnh cách biệt. Nếu có thể trụ Tính, không bị Khách Khí di chuyển, mà Chính Khí tự hồi, kẻ vô mệnh mà vẫn hữu mệnh, Tính Mệnh vẫn là một việc, Lí Khí nguyên chẳng trái nhau, nên gọi Tận Tính Chí Mệnh là vậy. Đại để muốn Khí hồi, chính cần trụ Tính, thực có thể trụ Tính, thì Khí tự nhiên mà hồi, không cần cưỡng làm vậy.

Khí hồi đan tự kết

Khí hồi thì Đan tự kết

Đan là vật tròn sáng, là hai khí Âm Dương giao hợp mà thành. Lúc Tính trụ, vạn lự đều dừng, gọi là chân tĩnh chân hư, tĩnh cực thì động, hư cực sinh bạch, Tiên Thiên Chi Khí từ trong hư vô tới, chỉ trong khoảnh khắc, ngưng thành Đan, mà gọi là "Nhất thời thần nội quản đan thành-Chỉ trong một giờ là Đan thành" vậy. Đại để muốn Hoàn Đan, nhờ vào Khí hồi, muốn Khí hồi, nhờ vào trụ Tính, muốn trụ Tính, nhờ vào không mê, muốn không mê, nhờ vào hàng tâm; muốn hàng tâm, nhờ vào biết tông tổ; biết được tông tổ, hàng tâm ứng vật, không bị vật mê, Tính tự trụ, Khí tự hồi, Dan tự kết, ba chữ " tự" là ở ứng vật không mê đem lại. Ứng vật không mê, tức là công phu luyện kỉ, mà nói luyện kỉ thuần thục, thì Hoàn Đan tự kết vậy. Liễu đạo ca nói: Chưa luyện Hoàn Đan đầu tiên luyện Tính, chưa tu Đại Dược còn tu tâm. Tính định thì tự nhiên tin tức về Đan đến, tâm tĩnh thì sau đó mầm dược sinh. Riêng là Hoàn Đan rất dễ, luyện kỉ rất khó. Nếu luyện kỉ không luyện đến lúc vô kỉ, thì Tính không định,

tâm không tĩnh, Đan làm sao mà hoàn đây? Nhưng luyện kỉ nếu không biết tông tổ, thì công phu không thi hành được, Tam Phong ông nói: Lúc trúc cơ cần dùng thác thược, lúc luyện kỉ còn cần Chân Diên. Chân Diên là tông tổ. Nếu không gặp chân sư giải phá Chân Diên nhất vị Đại Dược, thì ai dám ra tay đây?

Hồ trung phối khảm li

Trong bình phối Khảm Li

Khí hồi Đan kết, chân chủng đến tay, mới hoàn được bản lai diện mục cha mẹ sinh ra, gọi là Hoàn Đan, cũng gọi là Tiểu Hoàn Đan. Đan này vì chưa qua Chân Thủy Hỏa nung luyện, còn là Đan mới sinh, chưa là Đan thành thục, không dám nuốt ăn để cứu Mệnh, cần phải đem Đan này nung thành một vật Chí Dương, mới có thể kéo dài tuổi thọ. Quẻ Khảm ngoài Âm mà trong Dương, Dương ở trong nó là chân, là Dương trung chính, không phải là trọc tinh trong thận của ảo thân, mà là Tiên Thiên Chân Nhất Chi Thần Thủy; quẻ Li ngoài Dương mà trong Âm, Âm trong đó là chân, là Âm trung chính, không phải là huyết dịch trong tim của ảo thân, mà là Tiên Thiên Hư Linh Chi Chân Hỏa. Thủy này Hỏa này, là Hư Không Thiên Nhiên Chi Thủy Hỏa, không phải là các thứ Hữu Hình Hữu Tượng Chi Thủy Hỏa. Dùng Thủy Hỏa này, nấu đun linh dược, trong mười hai giờ, không được gián đoạn, vật vong vật trợ, miên miên nhược tồn, dùng nó mà không quá chăm. Nhập Dược Kính nói: Thủy sợ khô, Hỏa sợ lạnh là vậy. Nói Hồ trung phối-phối trong bình, là Thiên Nhiên Thủy Hỏa, không cần cầu bên ngoài, thần minh âm thầm vận, dược vật già non, hỏa hậu tiến thoái, tùy thời gia giảm, tin tức bên trong rất bí mật, không để có một chút rò rỉ nào.

Âm dương sinh phản phúc, phổ hóa nhất thanh lôi.

Âm Dương sinh đảo lộn, phổ hóa một tiếng sấm.

Công phu Thủy Hỏa đun luyện, là công phu triêu truân mộ mông-sáng tụ chiều che. Triêu Truân là Tiến Dương Hỏa; Mộ Mông là Vận Âm Phù. Giờ Dương thì Tiến Dương, giờ Âm thì Vận Âm, Âm rồi Dương, Dương rồi Âm, Âm Dương động tụ, tự sinh phản phúc. Phản phúc là trong hoảng hốt gặp nhau, trong yểu minh có biến, đảo lộn nó, Âm Dương hỗn hóa, mầm linh Tiên Thiên từ yếu trở nên cứng chắc, từ sơ sinh mà thành chín, từ dần dần thành ngay lập tức, đột nhiên trong Tạo Hóa Lô rơi ra một hạt Chí Dương Đan, như trong không trung có một tiếng sấm, làm kinh tỉnh người trong mộng vậy.

Bạch vân triêu đính thượng, Cam Lộ sái Tu Di.

Mây trắng bay lên đỉnh, Cam Lộ tưới Tu Di.

Lúc Dương Đan xuất đỉnh, nuốn nó uống nó, điểm hóa một điểm Âm Hống của ta, như mèo bắt chuột. Mây trắng bay lên đỉnh là xung hòa thanh khí đi lên, Ngũ Khí Triều Nguyên vậy; Cam Lộ tưới Tu Di là Hoa Trì Thần Thủy hạ giá, vạn bệnh hồi xuân vậy. Tu Di Sơn ở chính giữa trời đất, là hình tượng bảo vật có ở giữa thân người. Một bảo vật ở giữa, tức là Thánh Thai, cũng tên là Hoàng Nha, tổ sư bày cho Trương Trân Nô thơ rằng: Địa lôi chấn động san đầu vũ, yếu tẩy trạc, hoàng nha xuất thổ - Địa lôi chấn động mưa đầu núi, cần tắm rửa, Hoàng Nha nhú mầm, chính là nghĩa này.

Tự ẩm trường sinh tửu, tiêu diêu thùy đắc tri.

Tự uống Trường Sinh Tửu, tiêu diêu ai biết đây.

Lúc Thánh Thai ngưng kết, Thần Thủy lưu thông, rót tưới Đan Điền, tự nhiên vô chất sinh chất, vô hình sinh hình, mà toàn bộ công phu miễn cưỡng không có chỗ dùng. Nên nói Tự uống Trường Sinh Tửu, tiêu diêu ai biết đây. Nói tự uống, nói ai biết đây, vì là công việc trường sinh tiêu diêu, là trộm Âm Dương, đoạt tạo hóa, là công việc Tiên Thiên-trước trời mà trời không trái, Hậu Thiên-sau trời mà theo thiên thời, dù thiên địa thần minh, cũng không thể đo đạc được, hà huống người ta có thể biết được sao?

Tọa thính vô huyền khúc, minh thông tạo hóa ki.

Ngồi nghe khúc đàn không dây, minh thông tạo hóa cơ.

Trang Tử nói: Nhiếp tinh thần mà trường sinh, quên tinh thần mà vô sinh. Trường sinh là đạo hữu vi liễu mệnh; vô sinh là đạo vô vi liễu tính. Đạo liễu tính, là công phu cửu niên diện bích-nhìn vách chín năm, công phu diện bích, là công phu thập nguyệt ôn dưỡng-ôn dưỡng mười tháng. Nói là cửu niên-chín năm, không phải thực có kì hạn chín năm, cửu-chín là số thuần dương, là nghĩa Kim Dịch cửu hoàn, Âm tận Dương thuần. Mà nói là một chút Âm Khí không hết thì không thành tiên vậy. Nói thập nguyệt-mười tháng, Thánh Thai thành tựu, đến kì thoát hóa, như phụ nữ mang thai, mười tháng trẻ nhỏ ra đời, mà lấy làm hình tượng vậy. Công phu thập nguyệt ôn dưỡng, phòng nguy lự hiểm, vạn hữu giai không, không để có một chút khách khí nhập vào trong thai nguyên, như tường cao vạn thước, không thất chút gì. Thập nguyệt ôn dưỡng, cửu niên diện bích, hai cái này có cùng một nghĩa, không phải là hai việc khác nhau, đều là do cổ nhân theo nghĩa mà hình tượng thôi, chỉ là ôn dưỡng diện bích, nên nói ngồi nghe khúc đàn không dây.

Ngồi đây không phải là người ngồi xuống, mà là ngồi tâm thanh ý tĩnh, không động không dao. Khúc đàn có dây thì có âm thanh, khúc đàn không dây thì không có âm thanh vậy. Không thanh không âm, là một chữ không mà thôi, đã nói không thanh không âm, thì nghe cái gì? Nói là nghe, tức là không mà lại không phải là không, không phải là không mà lại là không, chẳng phải ngoan không, mà là chân không vậy. Nói ngồi nghe, rời đi là chỉ thấy một bên, tuyệt không chấp vào sắc vậy. Nói nghe khúc đàn không dây, là nghe mà không nghe, cũng là rời thì nghe thấy một phía, cũng không chấp vào thanh vậy. Kim Cương kinh nói: Nếu lấy sắc để thấy ta, lấy thanh để cầu ta, là người hành tà đạo, không gặp được Như Lai. Như Lai là như có chỗ đến mà thật không đến, đây là chân không bản lai diện mục, là đại pháp môn siêu thoát Thánh Thai, là chân khẩu quyết để thành toàn pháp thân. Tóm lại, công phu vô vi, nói chung là ở một chữ ngồi, "tọa tắc chỉ ư kì sở, nội quan kì tâm, tâm vô kì tâm, ngoại quan kì hình, hình vô kì hình, viễn quan kì vật, vật vô kì vật- ngồi thì dừng ở chỗ đó, trong thì quán tâm, tâm mà không có tâm, ngoài thì quán hình, hình mà không có hình, xa thì quán vật, vật mà không có vật ", đã hiểu ba cái này, "duy kiến ư không, không vô sở không, vô vô diệc vô, vô vô kí vô-chỉ thấy là không, không không có chỗ không, không có không cũng là không, không có không đã là không", tên là đã rõ, đả phá hư không, độc lộ toàn thân, bất sinh bất diệt, mới là xong hết. Hữu sinh-có sinh là vì thoát ảo thân mà cố Mệnh cơ, đạo Hoàn Đan từ vô mà tạo hữu vậy; Vô sinh-không có sinh là vì thoát pháp thân mà rõ Tính tông, đạo Đại Đan từ hữu mà hóa vô vậy. Hữu sinh vô sinh, là cái cơ của tạo hóa. Người biết được đạo này, bắt đầu thì từ vô tạo hữu để trường sinh, cuối cùng thì từ hữu quay về vô để vô sinh. Hữu vô chẳng lập, Tính Mệnh Song Tu, minh thông cái cơ của thiên địa tạo hóa, mà cùng thiên địa là một vậy.

Đô lai nhị thập cú, đoan đích thượng thiên thê.

Tổng cộng hai mươi câu, chính là thang lên trời.

Một câu Dưỡng khí vong ngôn thủ, nói trùm lên toàn thể đại dụng của tu đạo. Câu Hàng tâm vi bất vi, nói luyện kỉ trúc cơ. Hai câu Động tĩnh tri tông tổ, vô sự canh tầm thùy, nói việc luyện kỉ trúc cơ, cần phải biết được tâm. Hai câu Chân thường tu ứng vật, ứng vật yếu bất mê, nói công phu thực sự của luyện kỉ. Ba câu Bất mê tính tự trụ, tính trụ khí tự hồi, khí hồi đan tự kết, nói cần cù luyện kỉ, thì Hoàn Đan tự kết. Một câu Hồ trung phối khảm li, nói sau khi Đan hoàn, công phu trong Lô. Một câu Âm Dương sinh phản phúc, nói Âm Dương biến hóa, từ non yếu tới cứng chắc. Một câu Phổ hóa nhất thanh lôi, nói về pháp tượng của thoát đan. Hai câu Bạch vân triêu đính thượng, Cam Lộ sái Tu Di, nói về pháp tượng sau khi phục Đan. Hai câu Tự ẩm trường sinh tửu, tiêu diêu thùy đắc tri, nói về pháp tượng của phục Đan kết Thai. Một câu Tọa thính vô huyền khúc, nói công phu mười tháng ôn dưỡng. Một câu Minh thông tạo hóa cơ, là tổng kết nghĩa chính của liễu tính liễu mệnh. Mười tám câu trước là Hoàn Đan Đại Đan, thứ tự từ đầu đến cuối, hỏa hậu công trình, thổ lộ tất cả, cực kỳ giản dị, ngắn gọn không phức tạp, y pháp mà hành trì, tự thấp lên cao, từ gần đến xa, chính là cái thang lên trời của người tu đạo. Nói hai mươi câu là chỉ kết thêm hai câu cuối mà thôi.

Lưu Nhất Minh